

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PERILAKU BERISIKO
TERHADAP KESEHATAN PADA REMAJA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Muhammadiyah Surakarta untuk
Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Derajat dan Gelar
Sarjana S-1 Psikologi**



Oleh:

ARIFA INSANI ANGGAI

F 100100207

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2015**

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PERILAKU BERISIKO
TERHADAP KESEHATAN PADA REMAJA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Muhammadiyah Surakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh
Derajat dan Gelar Sarjana S-1 Psikologi**

Oleh :

ARIFA INSANI ANGGAI

F 100100207

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2015

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PERILAKU BERISIKO
TERHADAP KESEHATAN PADA REMAJA**

Diajukan oleh :

ARIFA INSANI ANGGAI

F 100100207

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji Skripsi S-1

Telah disetujui oleh

Pembimbing Utama



Setia Asyanti, S. Psi, M. Si

Tanggal, 24 Januari 2015

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PERILAKU BERISIKO TERHADAP KESEHATAN PADA REMAJA

Disusun Oleh:

ARIFA INSANI ANGGAI
F 100100207

Telah dipertahankan di depan dewan Dewan Penguji
pada tanggal 3 Februari 2015
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

(Setia Asyanti, M.Si)



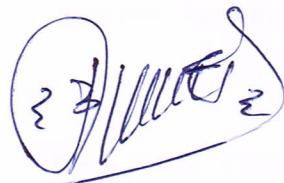
Penguji Pendamping I

(Dr. Nisa Rachmah N.A , M.Si)



Penguji Pendamping II

(Dra. Juliani Prasetyaningrum, M.Si)



Surakarta, 3 Februari 2015

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan



(Dr. Taufik, M.Si, Ph.D)

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : ARIFA INSANI ANGGAI

NIM : F 100 100 207

Fakultas / Jurusan : Psikologi / Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surakarta

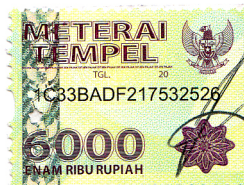
Menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN ANTARA EFikasi DIRI DENGAN PERILAKU BERISIKO TERHADAP KESEHATAN PADA REMAJA”** tidak terdapat karya yang pernah diajukan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Saya menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar – benar karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat maupun meminta ke biro jasa pembuatan skripsi.

Demikian surat pernyataan ini saya buat. Apabila dilain waktu ditemukan hal – hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Alhamdulillahirobilalamin

Surakarta, 23 Januari 2015



Yang menyatakan

ARIFA INSANI ANGGAI

085 649 121 894

MOTTO

Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras untuk (urusan yang lain). Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap

(QS. Al Insyiraah 94 : 7-8)

"Kebanyakan Orang Mengatakan Intelektualitas-lah Yang Membuat Seorang Ilmuwan Hebat. Mereka Salah, Yang Membuatnya Hebat Adalah Karakter"

(Albert Einstein)

"Orang bilang ada kekuatan-kekuatan dahsyat yang tak terduga yang bisa timbul pada samudera, pada gunung berapi dan pada pribadi yang tahu benar akan tujuan hidupnya"

(Rumah Kaca, hal. 409 - Pramoedya Ananta Toer)

"Hidup itu seperti mendaki. Terjal, menanjak, berkelok-kelok, dan kadang dihadapkan dengan jalan setapak berbatu dan licin. Namun ketika kamu mau melihat ke sekitarmu, kamu akan menemukan pemandangan yang indah. Semakin tinggi kamu mendaki, semakin banyak pemandangan indah yang bisa kamu lihat."

(Penulis)

VISI MISI DAN TUJUAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

VISI

Menjadi pusat pendidikan psikologi yang mendasarkan
pada risalah Islam dan budaya Indonesia di tingkat nasional dan Asia

MISI

1. Menyelenggarakan pendidikan psikologi di tingkat sarjana dan magister psikologi profesi.
2. Mengembangkan penelitian psikologi yang mendasarkan pada risalah Islam dan budaya Indonesia.
3. Mengembangkan pengabdian kepada masyarakat atas dasar tanggung jawab sosial.
4. Menjalin kerjasama dengan lembaga pendidikan, lembaga penelitian, pemerintah, dunia usaha dan masyarakat.

TUJUAN

1. Pengelolaan progdi sarjana dan magister profesi yang baik.
2. Menggiatkan pusat studi psikologi Islami dan Indigenous (CIIP).
3. Meningkatkan pelayanan kepada masyarakat secara langsung maupun melalui media.
4. Merintis kerjasama dengan lembaga mitra dan universitas luar negeri.

PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati, karya sederhana ini penulis persembahkan kepada :

Kedua orang tua penulis Bapak A.R Anggai dan Ibu Sadtiti Retnaningdyah.

Kakak dan keponakan penulis Mas Ardi, Mbak Ika, Mas Wawan, Mbak Rinda, Amira, dan Asya.

Sahabat dan orang yang telah mendukung penulis.

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillahirobbil'alamiin, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kesehatan, kesabaran, keikhlasan, kecerdasan dan ilmu sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “**Hubungan antara Efikasi Diri dengan Perilaku Berisiko terhadap Kesehatan pada Remaja**”. Sungguh tiada daya dan upaya tanpa kehendak-Nya. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada panutan kita semua, Rasulullah Muhammad SAW.

Terwujudnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang telah mendorong dan membimbing penulis. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis dengan kerendahan hati mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Taufik, M.Si, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah berkenan memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian demi terselesaikannya skripsi dan masa studi penulis.
2. Bapak Drs. Mohammad Amir, M.Si, selaku dosen pembimbing akademik atas arahan, bimbingan, nasihat dan mendampingi selama penulis menjalani studi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Setya Asyanti, S.Psi, M.Psi, selaku pembimbing utama yang telah berkenan menjadi pembimbing, meluangkan waktu, serta memberi pengarahan, saran dan petunjuk dalam penyusunan skripsi ini.

4. Ibu Dr. Nisa Rachmah N.A , M.Si selaku penguji yang telah memberi evaluasi dan saran kepada penulis demi terselesaikannya skripsi ini.
5. Ibu Dra. Juliani Prasetyaningrum, M.Si selaku penguji yang telah memberi evaluasi dan saran kepada penulis demi terselesaikannya skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi UMS, yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis menimba ilmu, serta seluruh staf administrasi Fakultas Psikologi yang membantu dalam kelancaran penulisan skripsi ini.
8. Kepala sekolah serta guru-guru SMA Negeri 1 Ngawi yang telah memberikan ijin serta keramahan bagi penulis untuk melakukan penelitian ini.
9. Siswa siswi SMA Negeri 1 Ngawi atas kesediaan meluangkan waktu dan kerjasamanya untuk memberikan informasi kepada penulis.
10. Bapak A.R Anggai dan Ibu Sadtiti Retnaningdyah tercinta dan tersayang yang telah memberikan kasih sayang, do'a yang tak pernah putus, perhatian serta dukungan moral maupun materi. Terima kasih atas segala pengorbanan yang luar biasa dan apapun yang terbaik demi penulis.
11. Kakak-kakak dan keponakan, Mas Ardi, Mbak Ika, Mbak Rinda, Mas Wawan yang telah memberi kasih sayang, nasihat, serta motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Asya dan Amira, malaikat kecil yang telah menyempurnakan kebahagiaan keluarga.
12. Teman seperjuangan skripsi, Dyotisaddha atas kerjasama dan kesabaran dalam menghadapi kesulitan maupun kemudahan selama penelitian berlangsung sehingga skripsi ini dapat selesai dengan baik.

13. Sahabat Amigos : Citra, Dillah, Enggar, Richo, Alfian dan Gege, terima kasih untuk persahabatan, dukungan, nasihat, teguran dan do'a tak terbatas dari kalian. Terima kasih telah memberikan waktu, telinga, mata, hati, dan tangan yang selalu siap terulur untuk penulis, serta keluarga besar Vennom yang tiada henti saling mendoakan kesuksesan bersama.
14. Orang-orang spesial, Intan, Lina, Aria, Mbak Devi, Aci, terima kasih atas kebersamaan dan telah menjadi keluarga dari awal kuliah hingga saat ini. Mas Rizal, Mbak Stevi, Mbak Dita, Mbak Anggit, Mbak Anne, terima kasih atas motivasi dan pelajaran yang terselip dalam cerita-cerita kalian.
15. Keluarga LPM PSYCHE, Mas Imam, Mas Wahyu, Mas Han, Mas Bogy, Mas Reza, Mas Trisna, Mas Yoga, Mas Fauzi, Mbak Mutie, Mbak Indah, Dek Nisa, Dek Ninik, Dek Sari, Yazied, dan teman-teman PSYCHE lain. Terima kasih atas kerja sama dan kekeluargaan selama ini.
13. Keluarga besar Fakultas Psikologi UMS, teman-teman angkatan 2010, khususnya kelas E, rekan asisten PTP 2013/2014, dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terimakasih atas do'a dan dukungannya.

Harapan penulis semoga karya ini dapat memberikan manfaat khususnya bagi remaja pada umumnya dan bagi perkembangan dunia psikologi serta tidak terhenti pada penelitian ini saja.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN SURAT PERNYATAAN.....	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN VISI MISI DAN TUJUAN.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
ABSTRAKSI	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian	11
C. Manfaat Penelitian	11
BAB II LANDASAN TEORI.....	13
A. Perilaku Berisiko terhadap Kesehatan	13
1. Pengertian perilaku berisiko terhadap kesehatan	13
2. Faktor-faktor perilaku berisiko terhadap kesehatan	14
3. Aspek-aspek perilaku berisiko terhadap kesehatan.....	17

4. Dampak perilaku berisiko terhadap kesehatan	18
B. Efikasi Diri	21
1. Pengertian efikasi diri	21
2. Faktor-faktor efikasi diri	23
3. Aspek-aspek efikasi diri	26
4. Pengaruh efikasi diri	28
5. Indikator efikasi diri	30
C. Hubungan antara Efikasi Diri dengan Perilaku Berisiko terhadap Kesehatan pada Remaja	33
D. Hipotesis	37
BAB III METODE PENELITIAN	38
A. Identifikasi Variabel	38
B. Definisi Operasional	38
C. Subjek Penelitian	39
D. Metode dan Alat Pengumpulan Data	41
E. Daya Beda Item dan Reliabilitas Alat Ukur	44
F. Metode Analisis Data	47
BAB IV LAPORAN PENELITIAN	49
A. Persiapan Penelitian	49
1. Orientasi kancas penelitian	49
2. Persiapan alat pengumpul data	51
B. Pelaksanaan Penelitian	53
1. Penentuan subjek penelitian	53
2. Pelaksanaan pengumpulan data	54
3. Pelaksanaan skoring untuk uji daya beda item dan reliabilitas	56

4. Perhitungan uji daya beda item dan reliabilitas.....	57
5. Skoring untuk uji hipotesis.....	60
C. Analisis Data	60
1. Data deskriptif subjek penelitian	61
2. Uji asumsi.....	62
3. Uji hipotesis.....	63
4. Sumbangan efektif.....	63
5. Kategorisasi	63
D. Pembahasan.....	68
BAB V PENUTUP.....	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN.....	83

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Data perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja SMA X	10
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Skala Efikasi Diri	42
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Skala Perilaku Berisiko terhadap Kesehatan	43
Tabel 4. Nilai skor item skala efikasi diri	56
Tabel 5. Susunan item skala perilaku berisiko terhadap kesehatan	58
Tabel 6. Rangkuman hasil uji daya beda item dan reliabilitas skala perilaku berisiko terhadap kesehatan	59
Tabel 7. Susunan item skala efikasi diri	59
Tabel 8. Rangkuman hasil uji daya beda item dan reliabilitas skala efikasi diri	60
Tabel 9. Data identitas subjek penelitian	61
Tabel 10. Kategorisasi, frekuensi, dan persentase perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja	64
Tabel 11. Kategorisasi, frekuensi, dan persentase efikasi diri	65
Tabel 12. Uji hipotesis <i>product moment</i> , sumbangan efektif, dan kategorisasi	67

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Diagram perilaku berisiko terhadap kesehatan SMA X tahun ajaran 2013/2014	10
Gambar 2. Kerangka berpikir hubungan antara efikasi diri dengan perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja	36
Gambar 3. Grafik efikasi diri	72
Gambar 4. Grafik perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja	73

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A. Skala Penelitian.....	84
Lampiran B. Daya Beda Aitem dan Reliabilitas.....	98
Lampiran C. Uji Asumsi.....	129
Lampiran D. Hasil Uji Korelasi <i>Product Moment</i>	135
Lampiran E. Uji T.....	140
Lampiran F. Kategorisasi.....	145
Lampiran G. Surat Ijin Penelitian dan Surat Keterangan Penelitian	152

ABSTRAKSI

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN PERILAKU BERISIKO TERHADAP KESEHATAN PADA REMAJA

Arifa Insani Anggai*

Setia Asyanti

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja. Hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa siswi SMA Negeri 1 Ngawi kelas XI dan XII, terdiri dari 4 kelas dengan jumlah 120 responden. Penulis menggunakan teknik *random sampling* dengan metode *cluster sampling* dalam menentukan sample. Metode pengumpulan data menggunakan skala *Youth Risk Behavior Surveillance System (YRBSS)* dan skala efikasi diri, sedangkan analisis data menggunakan korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar - 0,302 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$), yang berarti ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja. Rerata empirik (RE) variabel efikasi diri $>$ rerata hipotetik (RH), yang artinya pada umumnya siswa mempunyai efikasi diri yang tinggi. Selanjutnya, rerata empirik (RE) variabel perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja $<$ rerata hipotetik (RH), yang berarti pada umumnya perilaku berisiko terhadap kesehatan pada subjek tergolong sangat rendah. Mengacu pada hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja. Semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah perilaku berisiko terhadap kesehatan, sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin tinggi perilaku berisiko terhadap kesehatan. Peranan efikasi diri atas perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja (SE) sebesar 9,1%. Hasil penelitian merupakan bukti ilmiah bahwa salah satu cara untuk mencegah munculnya perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja adalah dengan meningkatkan efikasi diri.

Kata kunci : *perilaku berisiko terhadap kesehatan, efikasi diri, remaja.*

Keterangan : *arifaanggai@gmail.com